

БЛОК VII. РЕГИОНАЛЬНЫЕ ОТРАСЛЕВЫЕ РЫНКИ

КАЧЕСТВО ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ «ТРЕТЬЕГО ВОЗРАСТА» В УРАЛЬСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ ОКРУГЕ

УДК 331.5.024.54

Астратова Г.В., д.э.н., к.т.н., профессор,
директор Института качества жизни,
Уральский государственный лесотехнический университет

Аннотация. В статье приводятся основные положения многолетних исследований автора, посвященные качеству жизни в различных группах населения с позиций экономики труда (управление рабочей силой в целом, и в том числе - в «третьем возрасте») и в системе маркетинга (покупательская способность разных потребительских групп, и в том числе - пожилых). Это позволило автору сделать следующие основные выводы:

1. Понятие «третий возраст» является довольно новым в нашей стране, но становящийся с каждым годом всё более актуальным, поскольку во всём мире в целом, и в РФ, в частности, растёт продолжительность жизни и количество пожилых людей.

2. Понятие «третий возраст» подразумевает период свободной и активной жизни, открывающийся с выходом на пенсию и который может длиться от нескольких лет до многих десятилетий, и даже больше, чем «допенсионный» период жизни человека.

3. «Третий возраст» может стать для человека и «возрастом счастья», при условии, что человек посредством самодисциплины, воли, труда и упорства найдёт свой индивидуальный метод, благодаря которому можно на долгие годы сохранить здоровье, физическую активность и удовольствие от жизни.

4. Мы глубоко убеждены, что региональная «Концепция «Новое качество жизни уральцев» нуждается в осмыслении и изучении феномена «третий возраст», а также – разработке рекомендаций по улучшению качества жизни и активного долголетия пожилых уральцев.

Ключевые слова: качество жизни, население, «третий возраст», счастье, старость, управление рабочей силой в «третьем возрасте», рынок труда, эйджизм, экономическая активность населения.

Abstract. The article presents the basic situation of the author's long-term studies on the life quality in diverse populations from the standpoint of labor economy (workforce management in general, and including in the «third age») and in the marketing system (the purchasing power of different consumer groups, including the elderly). This is allowed the author to draw the following main conclusions:

1. The concept of the «third age» is relatively new in our country, but becoming every year more and more urgent, because in the whole world, and in Russia, in particular, life expectancy is increasing and the number of elderly people.

2. The concept of the «third age» means the period of a free and active life, opening with the retirement and which can last from several years to many decades, and even more than «demensional» the period of human life.

3. «The third age» can be for a man and «the age of happiness, provided that people through self-discipline, willpower, work and perseverance will find your personal method through which it is possible for many years to maintain health, physical activity and enjoyment of life.

4. We are deeply convinced that the regional Concept, a New quality of life of the Urals» needs interpretation and the study of the phenomenon of the «third age», as well as the development of recommendations to improve the quality of life and active ageing of older Urals.

Keywords: quality of life, population, «the third age», happiness, aging, workforce management in the «third age», the labor market, ageism, economic activity of the population.

В УрФО в настоящий момент о качестве жизни говорят два ключевых документа: 1) Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры о качестве жизни населения ХМАО–Югры [4]; и 2) указ Губернатора Свердловской области «О концепции повышения качества жизни населения Свердловской области на период до 2030 года — «Новое качество жизни уральцев» [19]. Следует отметить, что в этих документах не рассматривается такой феномен, как «третий возраст». Более того, о пожилых людях говорится лишь в контексте социального обеспечения. Например, в «Концепции ... «Новое качество жизни уральцев» [10,19] в Параграфе 3 «Обеспечение комфортной социальной среды», п. 5 декларируется необходимость развития «системы социальной поддержки граждан пожилого возраста, повышение доступности и качества предоставляемых им социальных услуг, создание условий для активного долголетия, работа Школ пожилого возраста». Однако мы хотим обратить внимание на то, что является актуальным пересмотреть отношение к возрасту в целом, и к пожилому возрасту, в частности.

Действительно, понятие «третий возраст» является довольно новым в нашей стране, но становящееся с каждым годом всё более актуальным [5,6,7]. Это понятие означает не просто «выход на пенсию» и пассивное ожидание социальной помощи от государства и/или смерти. На Западе под «третьим возрастом» понимается «период активной жизни, который начинается с выходом на пенсию. Именно в «третьем возрасте» в цивилизованных странах более всего путешествуют, ездят на выставки и концерты в другие города и даже в другие страны, отдаются хобби, обретают новые интересы. При этом одни пенсионеры занимаются пением и танцами, другие – записываются на курсы по истории музыкальных инструментов, третьи начинают что-то коллекционировать, четвёртые изучают искусство каллиграфии, пятые осваивают новое для себя ремесло, шестые изучают языки, седьмые – путешествуют, восьмые – прыгают с парашютом, и так далее [22]. «Третий возраст» – это период свободной и активной жизни, открывающийся с выходом на пенсию [7].

Так, в Докладе Всемирной организации здравоохранения о состоянии мирового здравоохранения говорится, что в XXI веке «...каждый человек будет использовать потенциал своего здоровья на протяжении всей жизни, будет социально, экономически и психически продуктивным и способным повысить качество своей жизни. Потребуется согласованные усилия, чтобы поддерживать и развивать положительные результаты для здоровья в виде увеличения ожидаемой продолжительности жизни...» [24]. Вместе с тем, увеличение продолжительности жизни обуславливает одну из наиболее актуальных проблем современности – *старение населения*.

Действительно, с начала 90-х годов XX столетия прирост мирового населения составлял 1,7%, в то время как численность населения старше 65 лет ежегодно возрастает на 2,7%. Вместе с увеличением численности пожилого населения отмечается дальнейшее «постарение» населения, обусловленное ростом количества людей, живущих 80 лет и более. Эксперты прогнозируют, что к 2020 г., с одной стороны, ожидается замедление темпов прироста населения Земли – в среднем до 0,9% в год, а с другой стороны, через полтора десятилетия численность населения нашей планеты достигнет 7,3 млрд. человек, среди которых суммарное количество лиц в возрасте от 60 лет в них (336 млн. человек) превысит количество пожилых и стариков, имеющих на данный момент во всём мире. В данной связи есть прогнозы ООН, говорящие о том, что к 2025 году ожидается почти двукратный рост (или увеличение на 1,6%) численности мирового населения в возрасте 80 лет и больше. Согласно перспективным расчетам ООН, к 2050 г. доля пожилых людей может составить 22% мирового населения, а в наиболее развитых странах и регионах может достичь порядка 33% [24].

Многие учёные полагают, что данный феномен является следствием научно-технической революции, прогрессом человеческой цивилизации и ростом качества жизни. Действительно, в индустриально развитых странах главной причиной роста количества пожилых людей является сокращение смертности населения вследствие прогресса здравоохранения. Немаловажно и то, что за счет применения новейших биомедицинских технологий, использования технологий генной инженерии, трансплантации органов, клонирования, ЭКО и т.п., ожидается увеличение продолжительности жизни ещё на 40-45%, что позволят людям жить не менее 90-100 лет [1, 11, 12, 13, 21, 26; и др.]. Всё это, в конечном итоге, приводит и к росту уровня и качества жизни.

В данной связи важно, что концепция качества жизни предполагает, что государство и общество должны создавать человеку условия благополучия в течение всей жизни, вне зависимости от его возраста. Однако, как подчёркивают многие исследователи, увеличение продолжительности жизни несёт целый ряд дополнительных социально-экономических проблем, среди которых, как наиболее актуальные, мы можем выделить следующие [1, 26]:

1) рост доли и численности населения старших возрастов добавляет дополнительный объём работ для служб здравоохранения и социального обеспечения;

2) увеличение доли пожилых обеспечивает рост давления на государственный бюджет и обострение потребности в финансировании систем пенсионного обеспечения и социальной защиты населения;

3) рост «престарелых» приводит к снижению общей экономической активности населения;

4) старение ведет к увеличению «демографической нагрузки» на работающее население. Так, отмечает Н.П. Лушкина [12], если в 1959 г. в нашей стране она составляла 202 человека старше трудоспособного возраста на 1000 лиц трудоспособного возраста, то в 2000 г. – 350 человек. Таким образом, увеличение количества пожилых людей и вытекающие из этого последствия сделали изучение старения большой государственной и важной экономической, политической, социальной и медико-демографической проблемой.

Необходимо отметить, что *старение человека* представляет собой естественный и закономерный биологический процесс, который проявляется в эволюционирующем и проявляющемся с течением времени постепенным снижением возможностей приспособления организма к окружающей среде. Немаловажно и то, что старение является весьма дискуссионной философской проблемой, а также – предметом исследования социологии, психологии, медицины, экономики, и других отраслей знания. На протяжении многих веков учёные пытались ответить на вопросы, касающиеся того, являются ли старики полезными членами социума или представляют собой моральный и экономический балласт.

На текущий момент весьма широко распространена классификация периодов жизни человека, где до 45 лет – это молодёжь, до 59 лет – зрелые люди, до 74 лет – пожилые, а после 75 лет – старики. Однако, это не единственная классификация периодов возраста. Необходимо отметить, что зачастую встречающееся в XX веке несоответствие состояния стареющего организма возрастным нормам обусловило необходимость введения такого понятия, как “биологический возраст”. Биологический возраст может не соответствовать календарному возрасту, и “опережать” его в связи с преждевременным старением, либо наоборот, «отставать» от фактического.

Вместе с тем, определение биологического возраста имеет большое значение на практике: при профилактике и лечении различных заболеваний, а также при решении вопросов рационального образа жизни и трудовой деятельности, и т.п. Например, при оценке качества жизни населения принято считать, что качество жизни человека в репродуктивный период (до 45 лет), пострепродуктивный период (после 45 лет) и особенно – нерепродуктивный период (после 60 лет) значительно отличается не только в развивающихся странах, но и в индустриально развитых странах. Немаловажно и то, что эти отличия проявляются в сторону ухудшения качества жизни пожилого населения [18, 23, 25].

К настоящему времени является общепризнанным, что возраст – это всего лишь «точка отсчёта», и что здоровье, продолжительность и качество жизни зависит не только от внешних факторов (окружающая среда) и наследственности, но и самовоспитания человека, его личных устремлений и жизненных ценностей.

Кроме того, как недавно показали исследования японских учёных: «Нет понятия «болезни старости», есть лишь болезни» образа жизни».

Вместе с тем, к «третьему возрасту» в обществе весьма неоднозначно. Так, по данным социологического исследования, демографическое старение, выражающееся в увеличении удельного веса пожилых в населении, оценивается европейцами как неблагоприятная тенденция. Доля респондентов, отрицательно относящихся к увеличению доли населения в возрасте 65 лет и старше, превышает 50% среди стран-участниц проекта (Германия, Италия, Литва, Нидерланды, Польша, Румыния) [17]. Полученные данные говорят о том, что общество воспринимает «третий возраст» без особого оптимизма. Аналогичная ситуация наблюдается и в России. Так, согласно данным опросов общественного мнения: «Если спросить среднестатистического россиянина о самом счастливом периоде жизни, то вряд ли он назовет таковым возраст после пятидесяти лет».

В данной связи очень ценно утверждение В. Яковлева: «Временем, в наибольшей степени наполненным надеждами, планами, устремлениями, достижениями и счастьем, наверняка станет возраст между 20 и 50 годами. После 50-60 лет наступает «старость», которую многие ждут с ужасом, с грустью констатируя, что в этом возрасте люди уже не живут, а «доживают». И уж, конечно, не имеют никакого права строить планы на будущее и наслаждаться жизнью. Нередко счастье в зрелом возрасте ставится в прямую зависимость от материальной обеспеченности – деньги дают возможность путешествовать, посещать музеи, театры, выставки, завести интересное хобби... А с российской пенсией в кармане далеко не уедешь» [22].

Вместе с тем, мы наблюдаем, что понятия «качество жизни», «счастье» и «старость» зачастую воспринимаются обществом, как понятия несовместные. Так, группа британских ученых университета Уорвик, проведя скрупулезный анализ здоровья и образа жизни⁵⁸ более 10 тысяч жителей Великобритании и США, установила, что по-настоящему счастливыми, даже не смотря на ухудшающееся здоровье, могут почувствовать себя только те, кому за 45. В итоге исследователи составили диаграмму, где ощущение счастья человека выглядит подобно параболе (U), которая к 45-летнему возрасту достигает своего минимума, и вновь начинает расти по мере старения человека» [3].

Так, авторитетный эксперт-геронтолог Лара Карстенсен, профессор психологии, основатель и директор Центра долголетия при Стэнфордском университете, более 30 лет занимающаяся изучением психологии старения говорит, что самые лучшие «... годы в плане эмоций, несомненно, приходятся на конец жизни!». «Судите сами, – ответственно заявляет Карстенсен, – счастливый человек – это человек удачливый, успешный благополучный и свободный. А счастье – это субъективное состояние единства нашего существования и нашей сущности, то есть эмоциональный позитивный максимум. Человек пенсионного возраста, отдавший долг обществу, может

⁵⁸ Качество жизни людей почтенного возраста оценивалось по 8 критериям, в числе которых: анализ общего состояния здоровья, отсутствие либо наличие болей, психологическое здоровье, социальная устроенность.

заниматься тем, что ему по душе. А, разве это не истинное счастье – реализовать себя по призванию, а не по долгу?» [Цитируется по источнику № 3].

В целом, это согласуется с данными нашей страны, где периодически проводятся исследования атрибутов, составляющих счастье. «Наших соотечественников спросили, из каких составляющих для них складывается понятие счастья. Оказалось, что для того, чтобы чувствовать себя счастливыми, россиянам достаточно хорошей работы, семьи, чистого воздуха, здоровья и душевного равновесия. Как видите, для счастья требуется не так уж много!» [14].

Более того, как утверждает В. Яковлев, «третий возраст» – это «возраст счастья», т.е. это период, в который «... каждый из нас должен сделать осознанный выбор, решить, как жить дальше. Можно решить следовать стереотипам о возрасте, остановиться в развитии и решить, что все лучшее – в прошлом. А можно отказаться от стандартного пути и перейти на новый уровень. ... Конечно, источник счастья, прежде всего, – в самом себе. Главная способность счастливых людей – умение искренне наслаждаться тем, что у них есть. ... В процессе своих исследований я отдельно пытался понять, что объединяет героев проекта [15] в финансовом смысле. Зависит ли счастье после 60 лет от материального благосостояния. И понял удивительную вещь: вне зависимости от страны, где живут герои, практически все они работают и зарабатывают на жизнь своим трудом. Еще и получают от этого искреннее удовольствие. Более того, мне приходилось встречать людей, для которых финансовое банкротство в этом возрасте становилось началом новой, намного более счастливой жизни».

В то же время, как мы уже отмечали ранее, многие россияне, выходя на пенсию, «уже не живут, а «доживают» [5, 6,7, 26]. Это обусловлено следующими основными, на наш взгляд, причинами.

Во-первых, тем, что в России очень велика власть стереотипов, и в особенности, так называемого «эйджизма» – «дискриминации человека на основании его возраста. Широко распространена во всех сферах жизни общества, как в формальных, так и в неформальных. Проявляется в готовности воспринимать адекватно и сотрудничать лишь с теми людьми, кто соответствует некоему заранее установленному критерию возраста». Иными словами, в нашей стране легко могут назвать старыми любого человека, и, в особенности женщин, после 30 лет.

В чем причины такой возрастной дискриминации и как с ней можно бороться? В данной связи В. Яковлев отмечает: «Люди склонны преувеличивать физические ограничения, которые накладывают годы. На самом деле возможности человеческого организма в возрасте намного выше, чем принято считать. Самое страшное, что в наибольшей степени этим стереотипам подвержены сами пожилые люди. Они верят в то, что в их возрасте остается только тихо доживать, верят, что ничего к лучшему изменить нельзя, и не пытаются этого сделать. Они стесняются своего возраста и живут с ощущением, что быть стариком почти непристойно, стыдясь себя, того, как они выглядят, стыдясь своих тел. Мне кажется, именно это ощущение в конечном итоге их и убивает. И уж, по крайней мере, абсолютно точно – лишает их многих лет жизни, которые вполне могли бы быть активными, яркими и очень счастливыми. То есть,

бороться с этим можно одним способом: убеждать людей, что после 60 полноценная жизнь продолжается. Чем мы и занимаемся в проекте «Возраст счастья» [15].

Во-вторых, это обусловлено, в том числе, и таким понятием, как «период дожития», напрямую связанный с выплатой пенсии по старости. Так, Минздравом России подготовлен законопроект, устанавливающий ожидаемый период выплаты накопительной части трудовой пенсии по старости на 2013-2015 годы. Речь идет о так называемом *»периоде дожития»*, который определяется на основании статистических данных о продолжительности жизни пенсионеров после назначения трудовой пенсии по старости. Так, согласно документу ожидаемый период выплаты накопительной части трудовой пенсии по старости устанавливается продолжительностью:

- в 2013 году – 19 лет (228 месяцев);
- в 2014 году – 20 лет (240 месяцев);
- в 2015 году – 21 год (252 месяца).

Кроме того, законопроектом определяется, что, начиная с 2016 года продолжительность этого периода будет **ежегодно утверждаться Правительством РФ**.

В данной связи уместно напомнить, что согласно ст. 14 ФЗ «О трудовых пенсиях» [20] от продолжительности рассматриваемого периода **напрямую зависит размер** трудовой пенсии по старости. В частности, при ее расчете сумма пенсионного капитала делится на количество месяцев ожидаемого периода выплаты накопительной части трудовой пенсии по старости.

В то же время, как показывают исследования В. Яковлева [22], и в нашей стране и за рубежом, всё больше становится пожилых людей – и мужчин и женщин, – которые ведут активный и здоровый образ жизни, занимаясь любимым делом в своё удовольствие и, тем самым, не только существенно увеличивают этот самый «период дожития», но и своими примерами доказывают, что у современного человека практически нет ограничений в продолжительности жизни.

Всё выше сказанное говорит также и о том, что на текущий момент в глобальной экономике, по меткому выражению Михаила Батина, отсутствует идея «радикального продления жизни»⁵⁹. «Смысл этой идеи – максимально увеличить трудоспособный возраст, мы должны научиться делать человека моложе. Кроме того, исследования в этой области создадут новые рынки, новые технологии, которые и станут локомотивом экономики в двадцать первом веке» [2]. В данной связи считаем необходимым привести выдержки из интервью В. Яковлева, касающиеся этих методов достижения радости от жизни в «третьем возрасте». «Один из важнейших принципов физической активности после 60 – дисциплина. Занимайтесь любым видом упражнений, которые вам нравятся, но делайте это регулярно. Кстати, я выяснил, что одна из самых эффективных физических практик – танцы. В первую очередь парные. Но на деле можно и нужно заниматься тем, что доставляет вам наибольшее удовольствие. Ключевое

⁵⁹ Руководитель Благотворительного фонда поддержки научных исследований «Наука за продление жизни».

правило, которое касается диеты: ешьте что угодно, но понемногу. Не переедайте. И самое главное – отношение к жизни. Нужно научиться принимать жизнь и все, что в ней происходит. Не строить в своей голове альтернативных сценариев. Не изводить себя мыслями «а вот если бы...» И не пытаться изменить прошлое» [16].

Очевидно, по нашему мнению, что тема «качества жизни» в третьем возрасте весьма дискуссионна, и нуждается в дальнейших исследованиях экономистов, маркетологов и социологов, как за рубежом, так и в России в целом, и в УРФО, в частности.

Резюмируя содержание выше изложенного, считаем необходимым сделать следующие выводы:

1. Понятие «третий возраст» является довольно новым в нашей стране, но становящийся с каждым годом всё более актуальным, поскольку во всём мире в целом, и в РФ, в частности, растёт продолжительность жизни и количество пожилых людей.
2. Понятие «третий возраст» подразумевает период свободной и активной жизни, открывающийся с выходом на пенсию и который может длиться от нескольких лет до многих десятилетий, и даже больше, чем «допенсионный» период жизни человека.
3. «Третий возраст» может стать для человека и «возрастом счастья», при условии, что человек посредством самодисциплины, воли, труда и упорства найдёт свой индивидуальный метод, благодаря которому можно на долгие годы сохранить здоровье, физическую активность и удовольствие от жизни.
4. Мы глубоко убеждены, что региональная «Концепция «Новое качество жизни уральцев» нуждается в осмыслении и изучении феномена «третий возраст», а также – разработке рекомендаций по улучшению качества жизни и активного долголетия пожилых уральцев.

Список литературы.

1. Астратова Г.В. Качество жизни в развитии трёх составляющих: жизненные ценности, здоровье и благосостояние в XXI веке. // Вестник национального медико-хирургического центра им. Н.И. Пирогова. 2013. Т. 8. № 3. С. 11-13.
2. Батин М., Турчин А. Чего нам ждать и на что надеяться. // Интервью журналу «Expert Online» 17 декабря 2012 года. [Электронный ресурс] // Режим доступа: http://www.scienceagainstaging.com/Publico/publico_22.html
3. Жизнь после 45 лет — счастье или старость? 27.11.2012. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.ja-zdorov.ru/blog/schaste-i-starost-zhizn-posle-45-let/>
4. Закон Ханты-Мансийского автономного округа – Югры о качестве жизни населения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. // ФЗ № 35-оз от 28.02.2006.
5. Качество жизни: вчера, сегодня, завтра. Актуальные проблемы вступления России в ВТО. Научная монография // Под общей и научной редакцией д.э.н., профессора Г.В. Астратовой. Екатеринбург. Екатеринбург:

УГЛТУ. Отпечатано с готового оригинал-макета в Издательстве ГК «Стратегия позитива»^{ТМ}, 2012. – 648 с.

6. Качество жизни: Проблемы и перспективы XXI века. Научная монография // Под общей и научной редакцией д.э.н., профессора Г.В. Астратовой. Екатеринбург: УГЛТУ. Отпечатано с готового оригинал-макета в Изд-ве ГК «Стратегия позитива»^{ТМ}, 2013. – 532 с.

7. Качество жизни в XXI веке: актуальные проблемы и перспективы [Текст]: коллектив. моногр., посвящ. 55-летию со дня рождения и 15-летию науч. шк. проф. Г. В. Астратовой «Теория, методология и практика маркетинга и маркетинговых исследований» / ФГБОУ ВПО «Урал. гос. лес.-техн. ун-т»; под общ. и науч. ред. д-ра экон. наук, проф. Г. В. Астратовой. – Екатеринбург: Изд-во ГК «Стратегия позитива» ТМ, 2014. – 542 с.

8. Концепция перехода Российской Федерации к устойчивому развитию. Приложение к указу Президента Российской Федерации от 1 апреля 1996 года № 440 «О концепции перехода Российской Федерации к устойчивому развитию». Дата создания: 1996-04-01, опубл.: 1996-04-01. Источник: Электронный фонд нормативных документов «Кодекс».

9. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 17 ноября 2008 г. N 1662-р). [Электронный ресурс]. // Режим доступа: Система ГАРАНТ: <http://base.garant.ru/194365/#ixzz3Jzm9owZa>

10. Концепция повышения качества жизни населения Свердловской области на период до 2030 года – «Новое качество жизни уральцев», 2014.

11. Кучерова И.А. Современные биотехнологии: социально-этические аспекты: социально-этические аспекты. Дис. ... канд. филос. наук. М., 2006. – 130 с.

12. Лушкина Н.П. Социальные и медико-демографические проблемы лиц пожилого возраста. Дисс. ... канд. экон. наук. М., 2001. – 190 с.

13. Малыхин Ф.Т. Качество жизни, обусловленное состоянием здоровья лиц пожилого и старческого возраста (обзор литературы). //Качественная клиническая практика. №1. 2011. С. 11-18.

14. После 45 лет люди становятся счастливее. 22.03.2012. [Электронный ресурс]. // Режим доступа: <http://www.missus.ru/articles/family/stories/22-03-2012/glad/6956>

15. Проект «Возраст счастья». // Источник: <https://www.facebook.com/ageofhappiness.ru>

16. Путь без иллюзий. Школа Владимира Каргополова. СПб. 12.12.14. [Электронный ресурс]. // Режим доступа: <http://kargopolov.spb.ru/forum.html?func=view&catid=13&id=8540>

17. Сакевич В. Нравятся ли европейцам современные демографические тенденции? 2006. [Электронный ресурс]. // Режим доступа: <http://www.demoscope.ru/weekly/2006/0249/tema05.php>

18. Современные проблемы качества жизни пожилых в России (результаты проведенных опросов). 2005. / О.В. Белоконь. // Успехи геронтологии. Санкт-Петербург: Эскулап, 2005, Вып. 17. С. 87-101.
19. Указ Губернатора Свердловской области 29.01.2014 № 45-УГ «О концепции повышения качества жизни населения Свердловской области на период до 2030 года — «Новое качество жизни уральцев».
20. Федеральный Закон от 17 декабря 2001 г. № 173-ФЗ «О трудовых пенсиях в Российской Федерации».
21. Христенко О.В. Философско-антропологический анализ старости. Дис. ... канд. философ. Наук. Ростов-на-Дону, 2008. — 122 с.
22. Яковлев В. Возраст счастья. М.: Изд-во Манн, Иванов и Фербер, 2013. — 336 с.
23. Carstensen Laura L. The Influence of a Sense of Time on Human Development. // Science. 2006.
24. The world health report 2013: research for universal health coverage. [Electronic resource] / Access mode: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/85761/2/9789240690837_eng.pdf
25. Tovel Hava, Carmel Sara. Maintaining Successful Aging: The Role of Coping Patterns and Resources. // Journal of Happiness Studies. April 2014. V. 15. Nr. 2. pp. 255-270.
26. Galina V. Astratova. The Categorical Device of Marketing and its Role in Research of Attributes of Life Quality. // 3rd International Conference Economics and Management-Based on New Technologies. EMoNT-2013. 13-16 June 2013, Vrnjacka Banja, Serbia. - p. 7.